

Unfälle älterer Radfahrerinnen und Radfahrer

Carmen Hagemeister

Dresden, den 14.7.2012



Fragestellung

Verkehrssicherheit

- allgemein
- von älteren VerkehrsteilnehmerInnen

Untersuchung zu älteren RadfahrerInnen

- Stichprobe der Untersuchung
- Gewohnheiten
- Unterschiede zwischen Personen mit und ohne Unfall

Radfahren - warum überhaupt?

Wer sich regelmäßig bewegt,

- wird älter
- bleibt fitter
- reduziert das Risiko von diversen Erkrankungen

Empfehlung für Erwachsene:

- mindestens 3, besser 7 Tage pro Woche
- 30 min Aktivität

nur 10% der älteren Menschen kommen dieser Empfehlung nach

Jeder 2. tödlich verunglückte Radfahrer ist 65 und älter

Fragen:

Wie fahren ältere RadfahrerInnen überhaupt?

Welche RadfahrerInnen leben bzw. fahren gefährlich?

Wer hat schwere Verkehrsunfälle?

Wer hat tödliche Verkehrsunfälle?

Wie unterscheiden sich ältere RadfahrerInnen, die einen Unfall haben, von älteren RadfahrerInnen, die keinen Unfall haben?

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Beschwerden und Unfallrisiko?

Fahren Personen mit Beschwerden riskanter?

Haben Sie mehr Unfälle?

- z.B. langsamere Reaktionen?
- z.B. weniger beweglich?
- z.B. schlechtere Sinneswahrnehmung?

Projekt

"Umgang von RadfahrerInnen mit altersbedingten Schwierigkeiten"

finanziert von der Eugen-Otto-Butz-Stiftung

Idee:

Beschwerden spielen eine Rolle bei Unfällen:

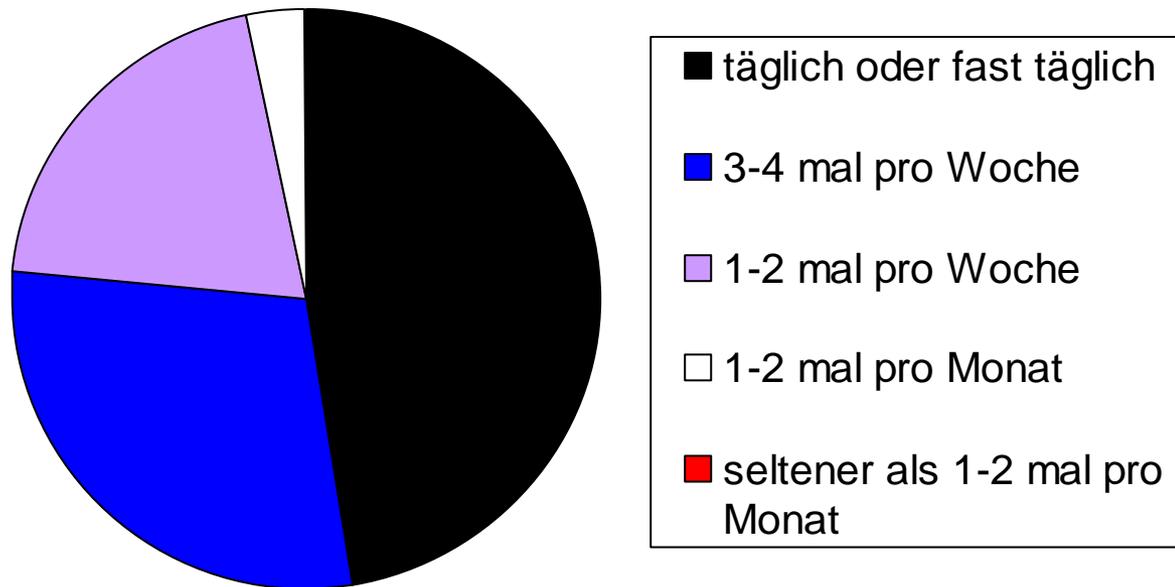
RadfahrerInnen mit mehr Beschwerden haben eher einen Unfall

Standardisierte Befragung („Fragebogen“)

in Sachsen

	60-69 Jahre	70-79 Jahre	ab 80 Jahre	Summe
Dresden	26	27	19	72
Umland/Kleinstadt/ Mittelstadt	26	26	13	65
Land	27	28	15	70
Summe	79	81	47	207
Minimum	60	70	80	60
Maximum	69	79	90	90
Durchschnittsalter	65,09	73,44	82,60	72,33
Median	66	73	82	71
Streuung Alter	2,60	2,86	2,80	7,22

Häufigkeit Radnutzung

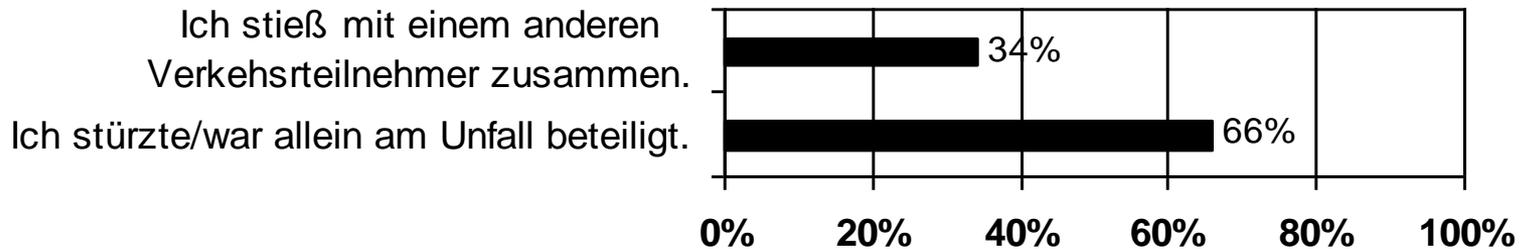


- Mobilitätsgewohnheiten
- Zweck
- Häufigkeit
- Alternativen
- Verhalten im Straßenverkehr
- Nutzung von Verkehrsflächen
- Sicherheitsgefühl
- Verstöße
- Unfälle
- mindestens ein Unfall nach dem 59. Geburtstag?
wenn ja: nähere Informationen zum letzten Unfall

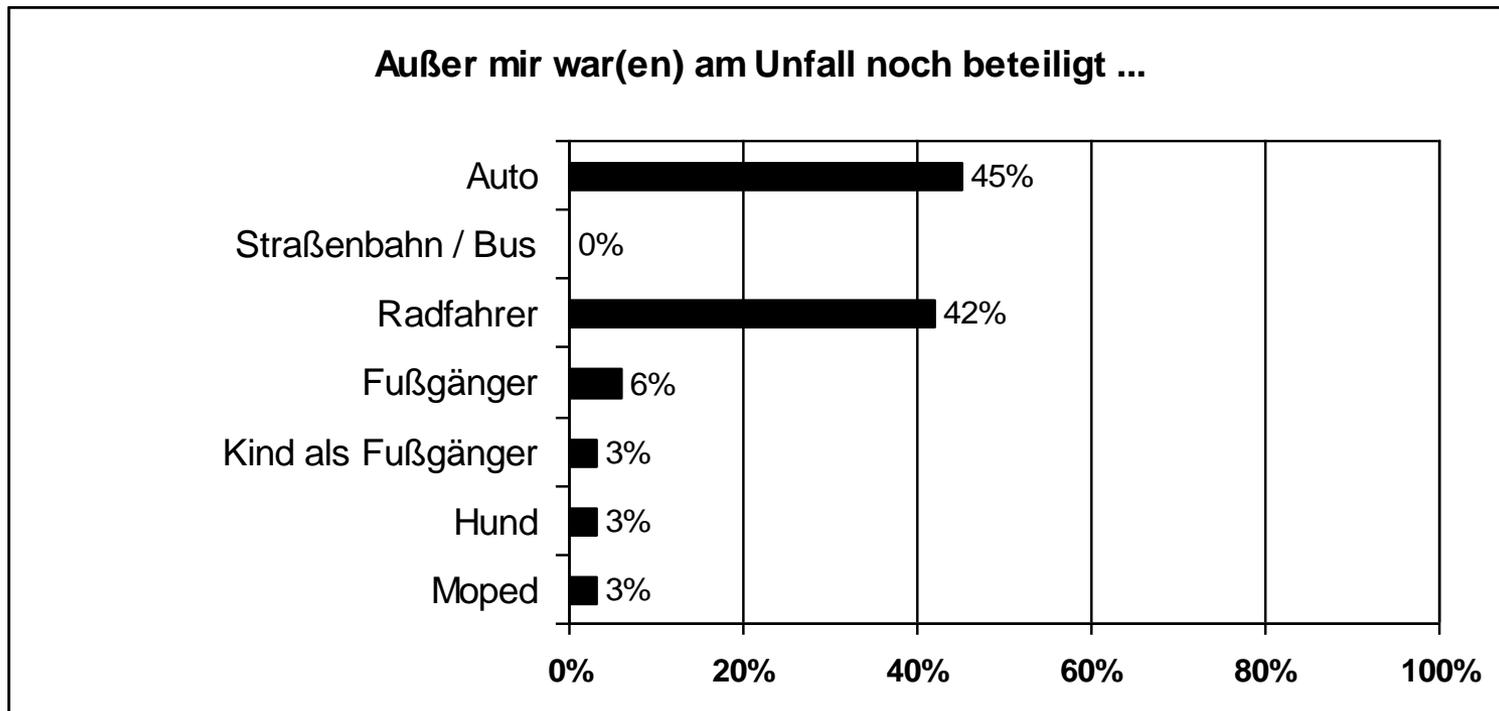
- Gesundheit / Beschwerden
 - Bewegungsapparat
 - Herz-Kreislauf-System
 - Nervensystem/Neurologische Erkrankungen
 - Diabetes
 - Muskelkraft
 - Sehfähigkeit
 - Hörfähigkeit
- bei den Beschwerden jeweils
- Beeinträchtigung
 - Kompensation
- Medikamente
 - Sport
 - Fahrradausstattung

94 von 206 Personen hatten mindestens einen Unfall nach ihrem 59. Geburtstag

Zusammenstöße und Alleinunfälle



33 Zusammenstöße



63 Alleinunfälle

Stürze

2: beim Absteigen

4: wegen Kleidung, mit Jacke bleibt am Sattel hängen

5: Tasche am Lenker

3: Oberflächenbeschaffenheit

4: Eis

5: an Kanten (auch Bordsteinkanten) hängen geblieben

2: in Schienen hängen geblieben

Ursachen, die in keiner Statistik erscheinen:

Zusammenspiel von Kleidung und Fahrrad:

4 Unfälle

unsachgemäßer Gepäcktransport (Tasche am Lenker):

5 Unfälle

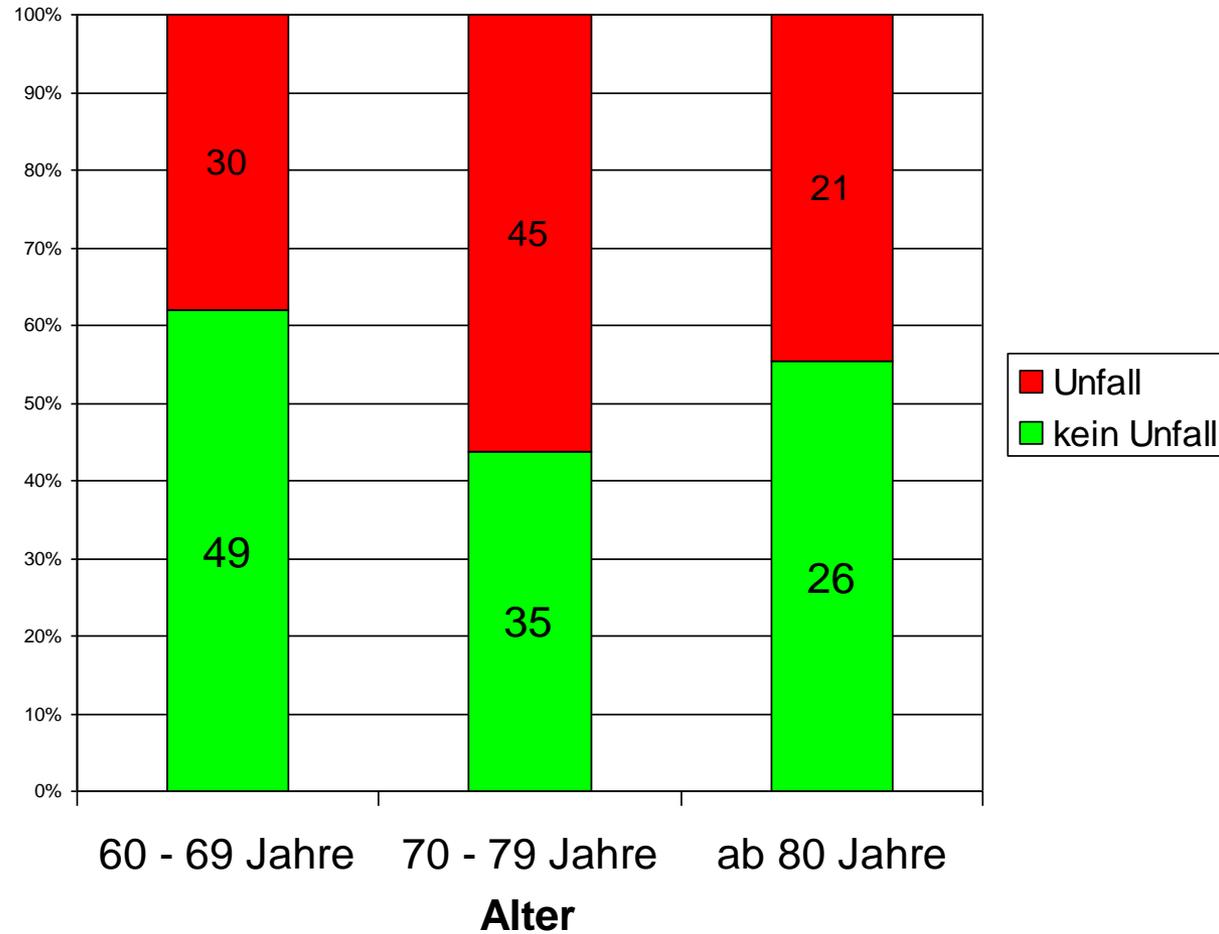
Probleme, die nichts mit Altern zu tun haben

⇒ Kleidung (auch Schuhe) zum Radfahren geeignet

⇒ Fahrradtasche für 20€

Ergebnisse - Alter

kein
Zusammenhang



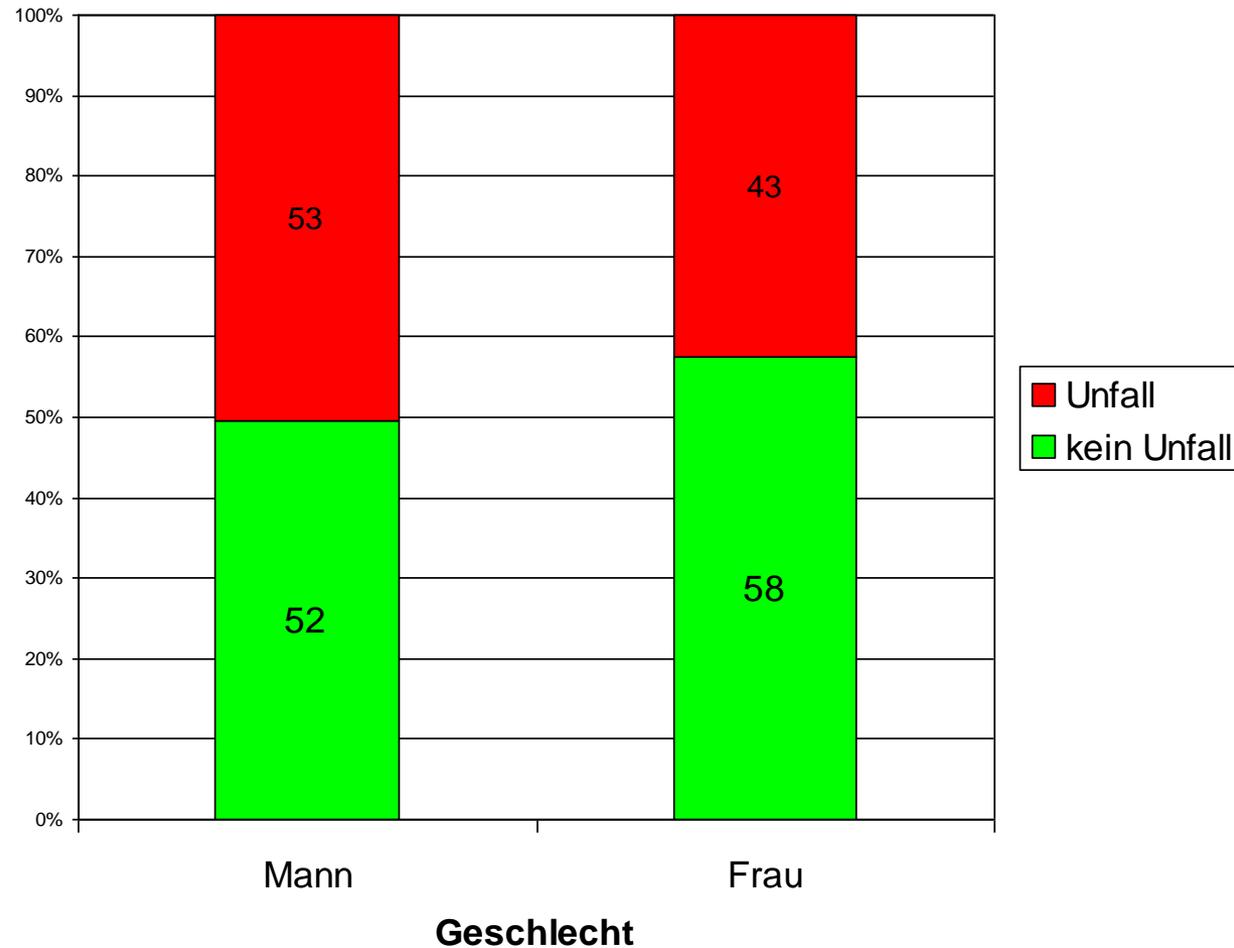
je älter, desto mehr Zeit nach dem 59. Geburtstag, um einen Unfall gehabt zu haben

Andere Untersuchung: Hinweise, dass ältere RadfahrerInnen nach einem Unfall mit dem Radfahren aufhören - möglicherweise eher in höheren Alter

Ergebnisse - Geschlecht

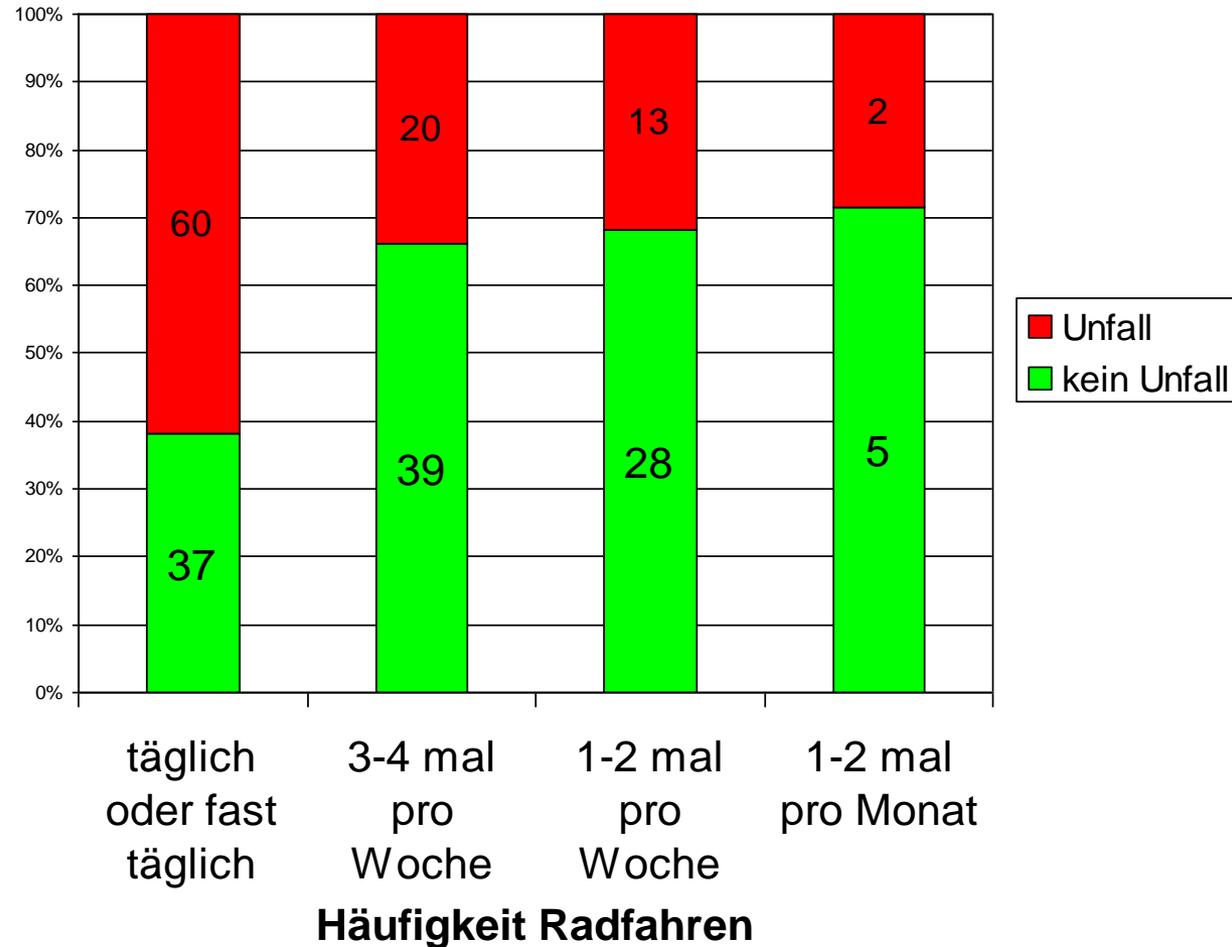
nicht
signifikant

Richtung
erwartet



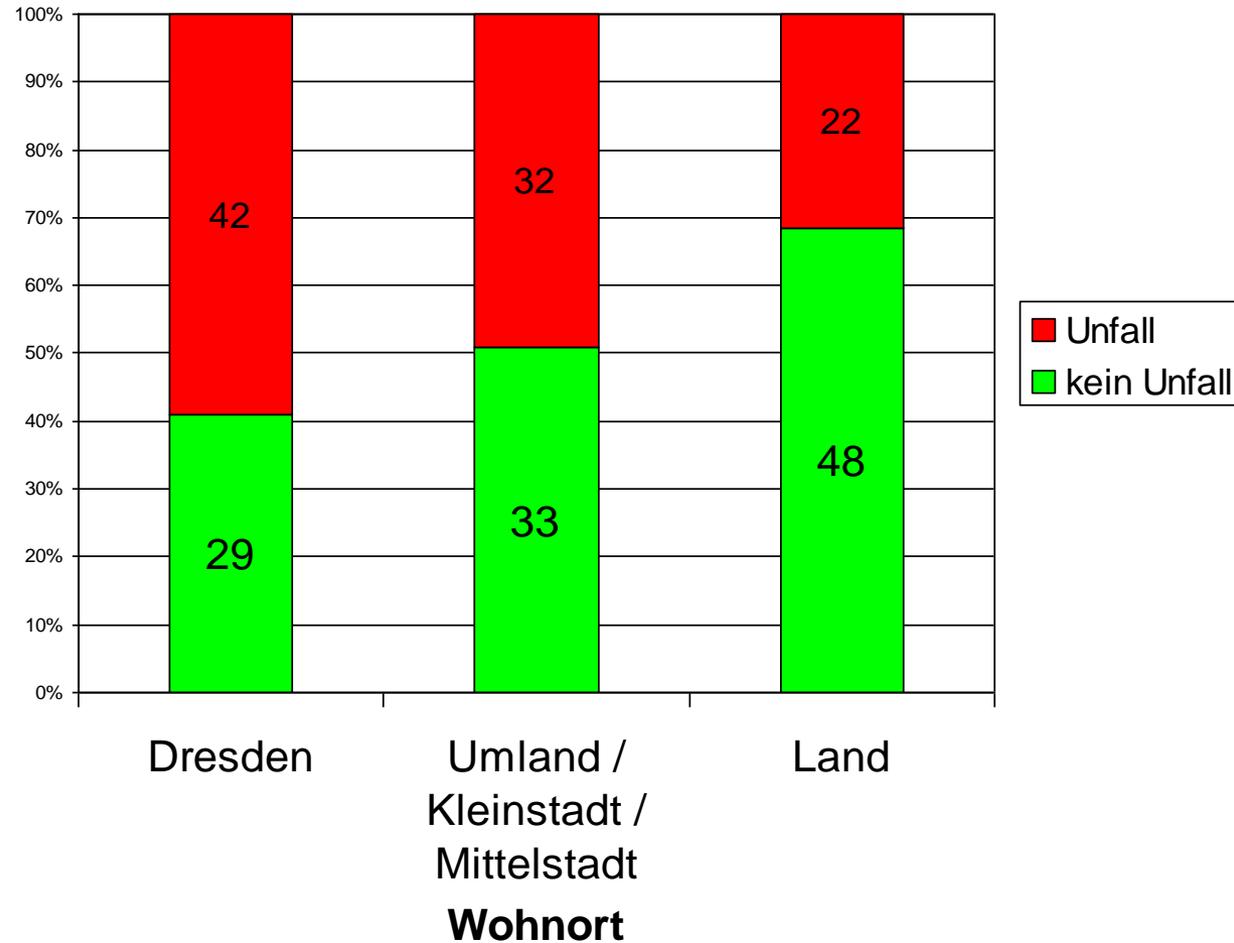
Ergebnisse - Häufigkeit

Je häufiger
auf dem Rad,
desto gefährdeter



Ergebnisse - Wohnort

je städtischer,
desto gefährdeter



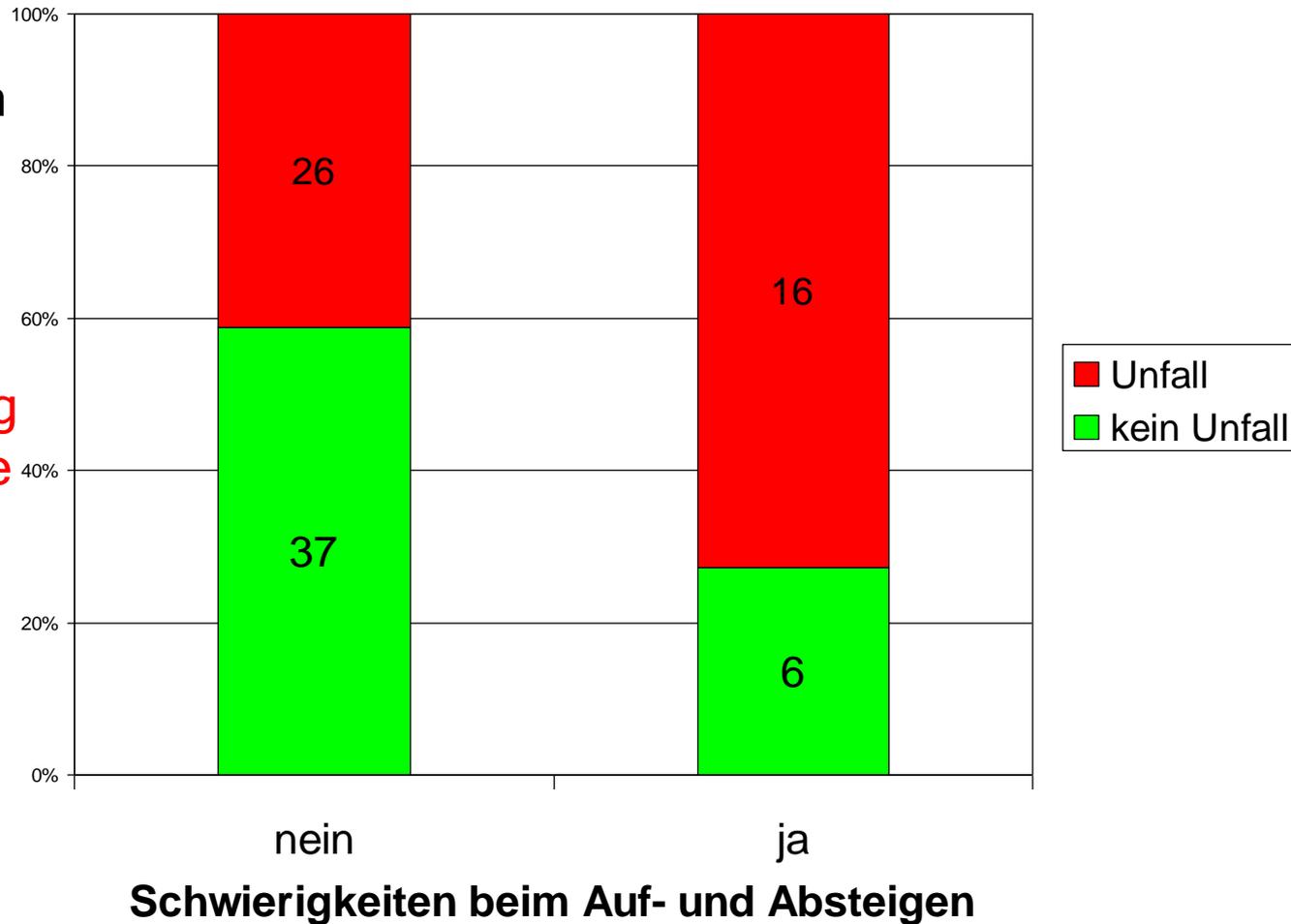
mit fast allen Beschwerden kein Zusammenhang,

Insgesamt sehr gesunde Personen
kaum Diabetes

Ergebnisse - Beschwerden

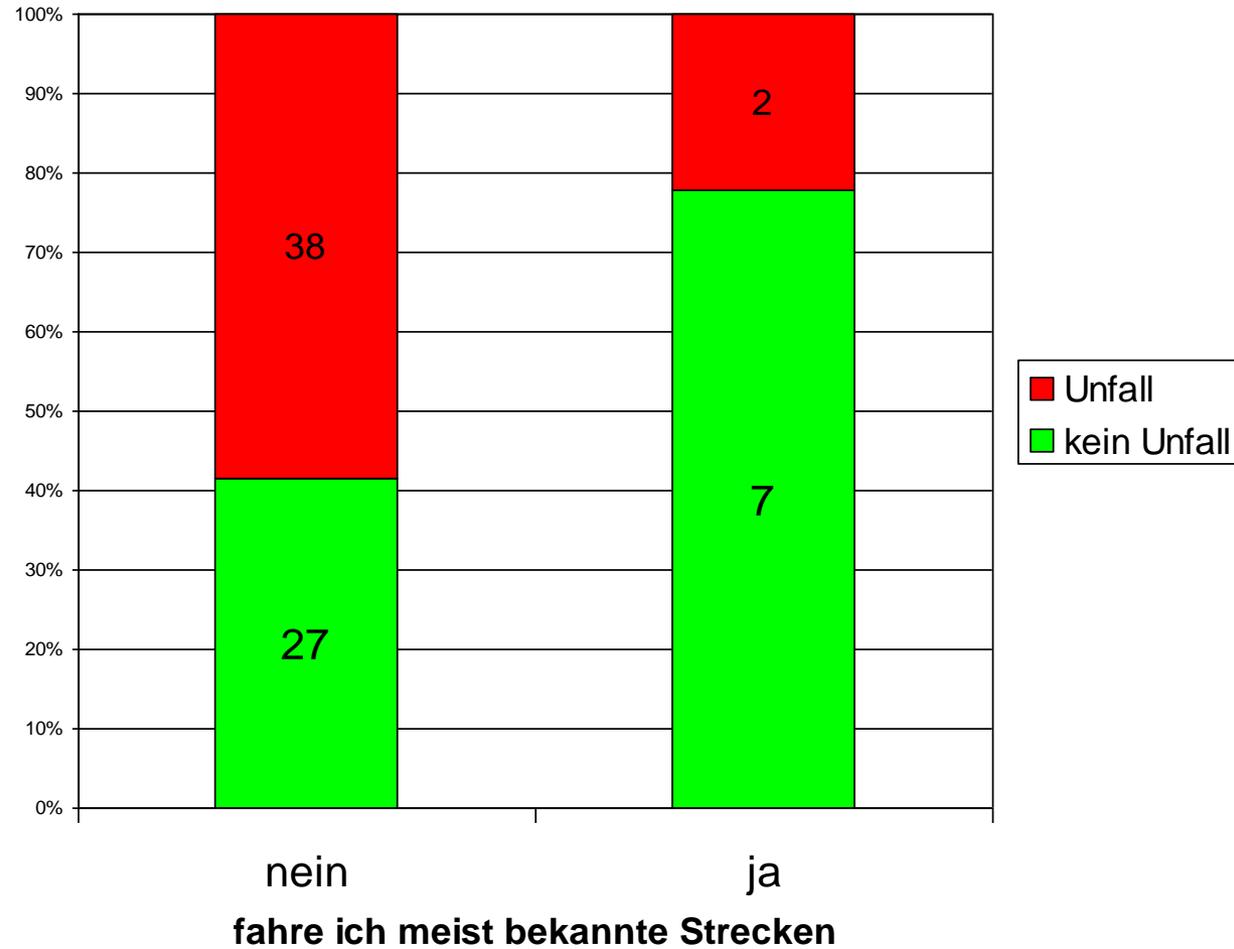
Schwierigkeiten
beim Auf-
oder Absteigen

Einziges
Zusammenhang
mit Beschwerde



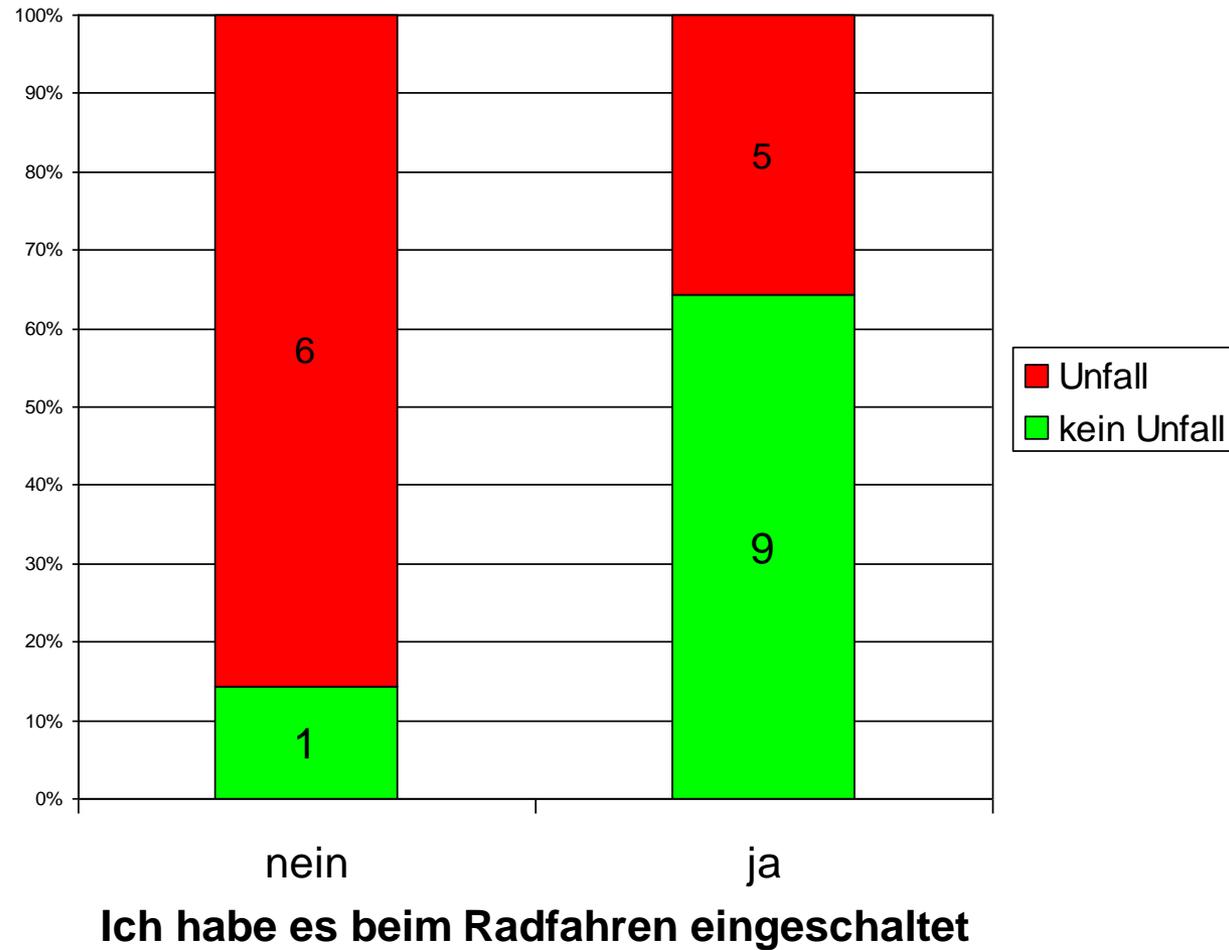
Ergebnisse - Beschwerden

Um Schwierigkeiten beim Sehen auszugleichen



Ergebnisse - Beschwerden

Ich habe ein
Hörgerät



Ich habe es beim Radfahren eingeschaltet

Altersbedingte Beschwerden an sich sind wenig unfallträchtig.

Ausnahme: Beschwerden beim Auf- und Absteigen

Wichtig: angemessener Umgang mit Beschwerden

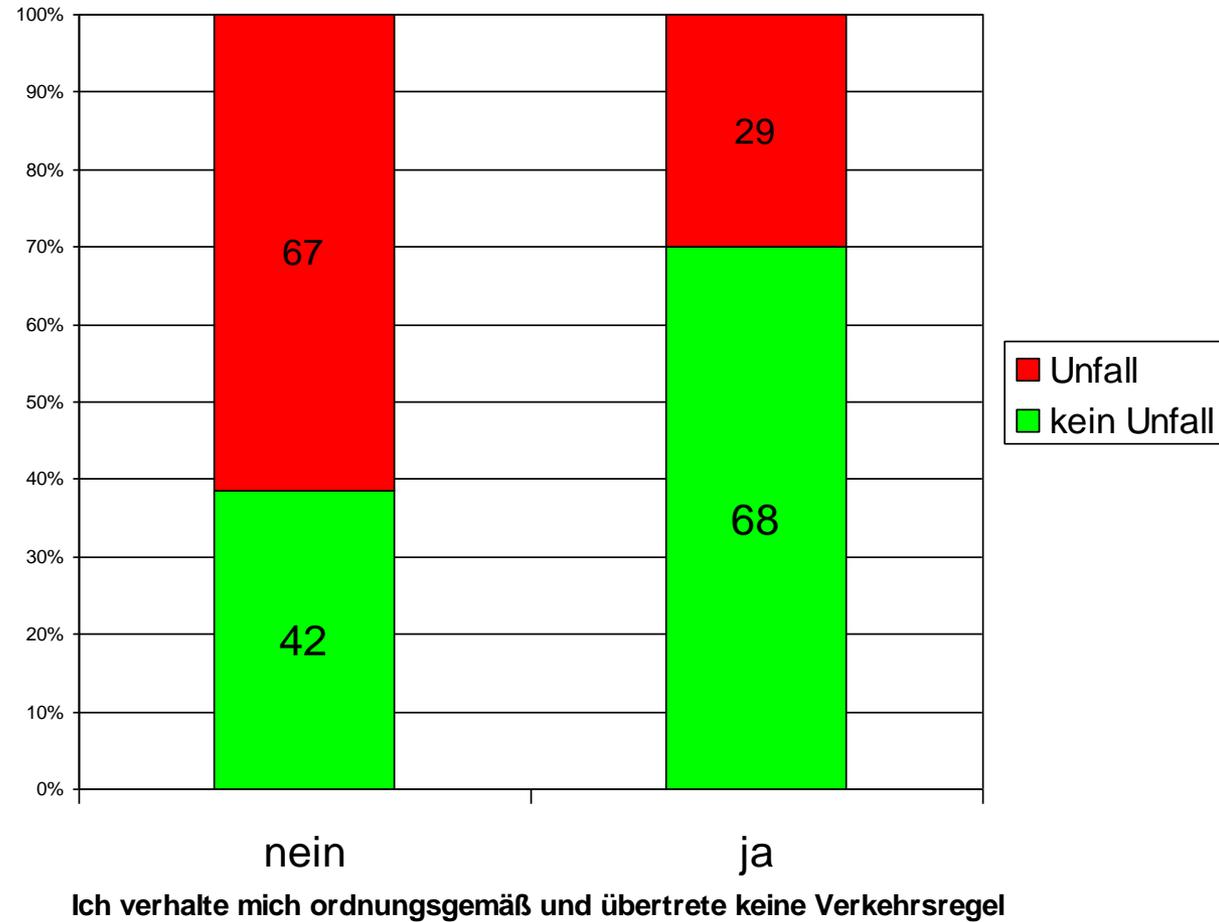
- keine Über-Anstrengung
- Kontrolle, wenn Sehfähigkeit nachgelassen hat
- bei Bedarf auf bekannte Strecken einschränken
- Hörgerät NICHT ausschalten, wenn man eins besitzt

Kennen und Akzeptieren der Grenzen

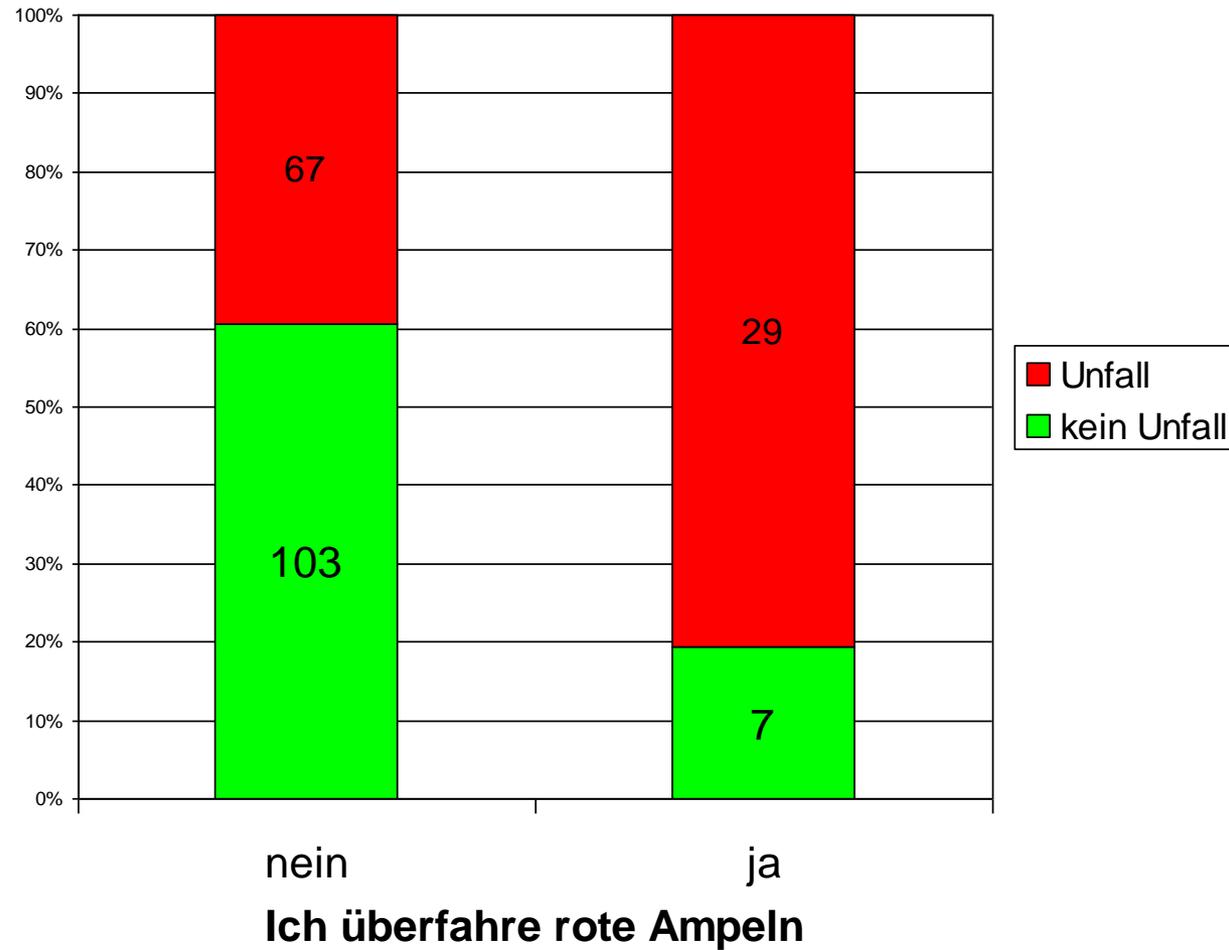
Maßnahmen zur Unfallverhütung

- passende Hilfsmittel, z.B. Hörgerät
- Alternativen zum Radfahren
- Trainings bei körperlichen Schwierigkeiten

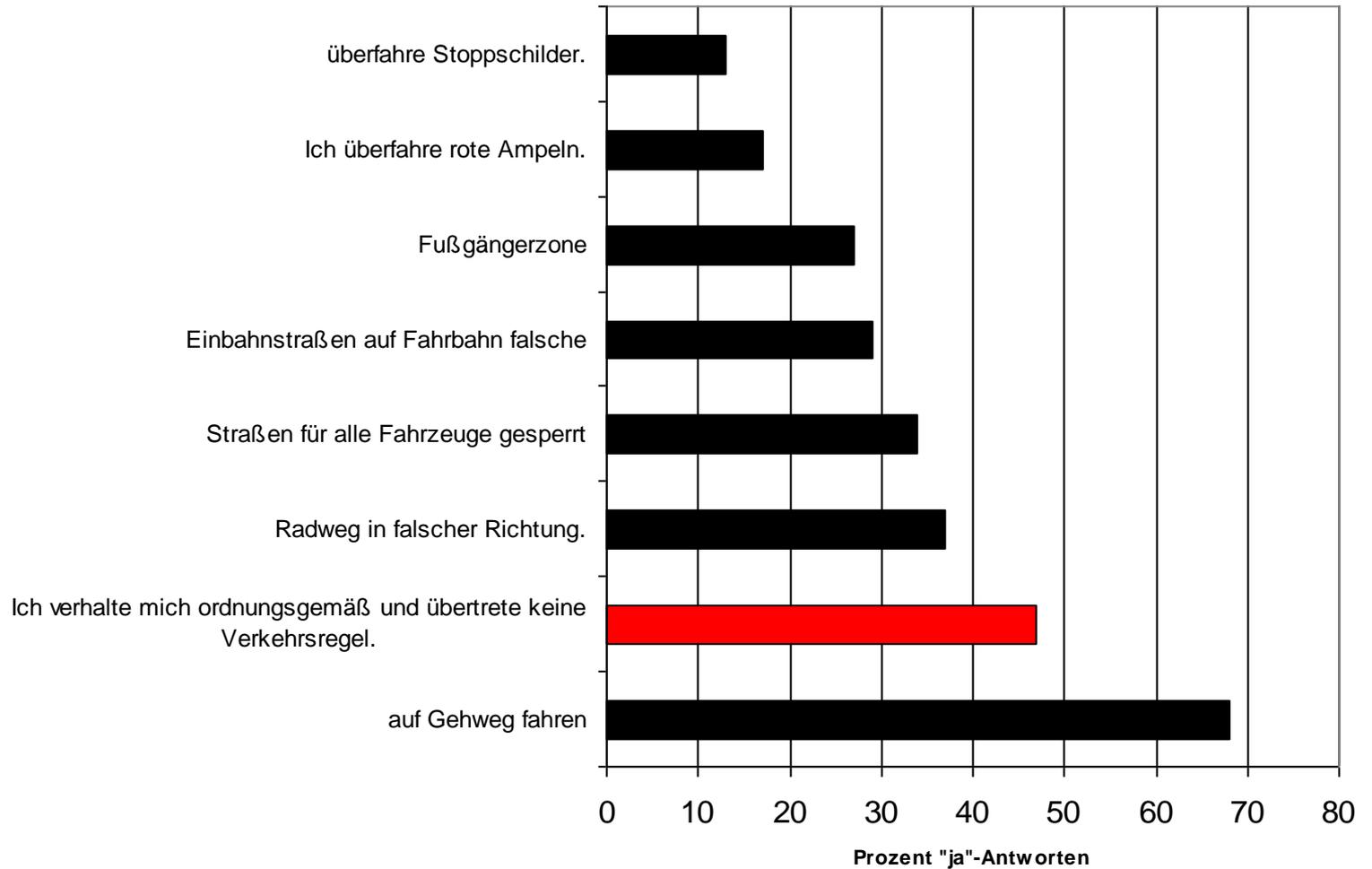
Ergebnisse - Verkehrsregeln



Ergebnisse - Verkehrsregeln



Zugegebene Regelübertretungen - gesamt



Diverse Verstöße

Regeleinhaltung an sich?

Risiko-Wahrnehmung?

Realistische Einschätzung persönlicher Defizite?

Unfallverhütung:

Gehwegradeln wird nicht als Regelübertretung
wahrgenommen

einfache Vermeidung von nicht altersbedingten
Unfallursachen:

Beutel am Lenker

Schwierigkeiten mit der Kleidung am Rad

möglicherweise können jüngere / beweglichere / schneller
Personen solche Unfälle eher im letzten Augenblick
verhindern

Regeleinhaltung verhindert zwar Unfälle nicht,
macht sie aber weniger wahrscheinlich

Allgemein informieren

- Gefahren des Radfahrens
 - Geisterradeln, Gehwegradeln
 - Fahrradtaschen
 - Kleidung

Bei Beschwerden

- beraten
 - Fahrrad
 - z.B. Hörgerät
- trainieren
 - Auf- und absteigen

Regelbewusstsein

Radfahrer als Verkehrsteilnehmer

Was bleibt offen?

Manche Radfahrer vermeiden das Radfahren eher, wenn es ihnen nicht gut geht oder die Bedingungen ungünstig sind.

- Nutzen?
- Kosten?
- Risiken?

- sinnvolle Strategien?

Wer rastet, der rostet.

Wie viel muss man Rad fahren, damit man nicht rostet?